beurer MG 295 HD-3D

MG 295 Black   MG 295 Cream

Ⓟ **Esteira de massagem shiatsu**
Instruções de utilização

Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm, Germany
Tel.: +49 (0)731 / 39 89-144 • Fax: +49 (0)731 / 39 89-255
www.beurer.com • Mail: kd@beurer.de

CE

Componentes fornecidos

- Esteira de massagem shiatsu
- Este manual de instruções

⚠ ADVERTÊNCIA

- O dispositivo só se destina a ser usado a nível doméstico/privado e não no âmbito comercial.
- Este aparelho pode ser usado por crianças com 8 ou mais anos de idade e por pessoas limitadas nas suas faculdades psíquicas, sensoriais ou mentais ou por pessoas com falta de experiência e conhecimentos, desde que o façam sob a supervisão de uma pessoa responsável pela sua segurança ou se tiverem sido instruídos na utilização segura do aparelho e tomado conhecimento dos perigos resultantes.
- As crianças não podem brincar com o aparelho.
- Os trabalhos de limpeza e manutenção que sejam da responsabilidade do utilizador não podem ser realizados por crianças, a não ser sob vigilância.
- Se o cabo de ligação à rede elétrica deste aparelho estiver danificado, terá de ser substituído pelo fabricante ou pelo serviço de assistência ao cliente, ou por outra pessoa com qualificação equiparável, a fim de evitar qualquer perigo.

Legenda

Serão utilizados os seguintes símbolos neste manual de instruções, bem como na placa de características:

⚠ **ADVERTÊNCIA** Alerta para situações que implicam riscos de ferimento ou riscos para a sua saúde.

⚠ **ATENÇÃO** Aviso de segurança que informa sobre possíveis danos no aparelho e/ou nos acessórios.

ⓘ **Nota** Indicação de informações importantes.

O aparelho está protegido por um isolamento duplo e, por isso, corresponde à classe de protecção 2.

Só usar em recintos fechados.

1. Sobre a massagem shiatsu

A massagem „shiatsu“ é uma forma de massagem do corpo que foi desenvolvida há mais de 100 anos no Japão e que tem as suas raízes nas ideias da teoria da medicina chinesa. O seu princípio básico consiste no sistema de fluxo de energia através das linhas meridianas do corpo humano.
O objectivo da massagem „shiatsu“ é promover o bem-estar psíquico, emocional e mental da pessoa tratada. Para tal, é necessário libertar os bloqueios e corrigir as disfunções no fluxo da energia e estimular as forças auto-reguladoras do organismo.

O terapeuta de „shiatsu“ consegue-o exercendo pressão ao longo das linhas meridianas através de movimentos fluentes. Embora o termo „shiatsu“ signifique literalmente „pressão de dedos“, a massagem é feita não apenas com os dedos, como também com a palma da mão, os cotovelos e os joelhos. Durante a massagem, o terapeuta usa todo o peso do seu corpo, por forma a gerar a pressão necessária.

2. O seu aparelho

O seu aparelho de massagem shiatsu contém cabeças de massagem, que imitam os movimentos de pressão e amassamento de uma massagem shiatsu. Com as suas cabeças de massagem móveis, este aparelho proporciona uma massagem em profundidade, forte e intensa em toda a região das costas. Para o efeito, tem de colocar a esteira de massagem „shiatsu“ sobre um superfície de asento apropriada.
O aparelho destina-se apenas ao **uso pessoal** e não ao uso médico ou comercial.

3. Destino previsto

Este equipamento destina-se exclusivamente à massagem das costas de seres humanos. Ele não pode substituir um tratamento médico. Não utilize o massageador se um ou vários avisos de alerta forem aplicáveis ao seu caso.

ADVERTÊNCIA

Não utilize o massageador

- em caso de alterações patológicas ou ferimentos na região corpo a massagear (por ex. hérnia discal, feridas abertas),
- durante a gravidez,
- enquanto dorme,
- num veículo,
- em animais,
- durante actividades que possam acarretar perigos em caso de reacções imprevisíveis,
- após a ingestão de substâncias que possam conduzir a uma percepção sensorial reduzida (por ex. medicamentos analgésicos, álcool),
- por mais de 15 minutos (perigo de sobreaquecimento), deixando o aparelho arrefecer, pelo menos, 15 minutos antes de voltar a utilizá-lo.

Se não tiver a certeza se o massageador é adequado para si, pergunte ao seu médico.

Este aparelho não se destina a ser usado por pessoas (incluindo crianças) com capacidades psíquicas, sensoriais ou mentais limitadas ou que não disponham da experiência e/ou conhecimentos necessários à sua utilização, a não ser que sejam vigiadas por uma pessoa responsável pela sua segurança ou que tenham recebido instruções dessa pessoa sobre a utilização correcta do aparelho. As crianças devem ser vigiadas, por forma a evitar que brinquem com o aparelho.

O aparelho dispõe de uma função de calor de ativação separada nas cabeças de massagem e no assento. As pessoas insensíveis ao calor devem utilizar o aparelho com cuidado.

Antes de utilizar o aparelho, consulte o seu médico

- quando sofre de uma doença grave ou quando foi recentemente operado na parte superior do corpo,
- se usar um „pacemaker“, implantes ou outros dispositivos auxiliares,
- tromboses,
- diabetes,
- no caso de dores de origem desconhecida.

O aparelho só está previsto para a finalidade descrita nestas instruções de utilização. O fabricante não se responsabiliza por danos decorrentes de uma utilização incorrecta ou imprudente.

4. Instruções de segurança

Leia estas instruções de utilização com atenção! A inobservância das instruções seguintes pode originar lesões em pessoas ou danos materiais. Guarde este manual de instruções e faculte-o também a outros utilizadores. Entregue este manual quando passar o aparelho a outras pessoas.

ADVERTÊNCIA
Guarde os materiais de embalagem fora do alcance das crianças. Existe perigo de sufocação.

ADVERTÊNCIA: Choque eléctrico
Como acontece com todos os aparelhos eléctricos, também este aparelho de massagem deve ser empregado com cuidado e prudência, por forma a evitar perigos por choques eléctricos.

Por isso, tenha em atenção o seguinte:
- Utilize o aparelho apenas com a tensão de rede indicada no aparelho.
- Nunca utilize o aparelho ou os acessórios quando estes apresentam danos visíveis.
- Não utilize o aparelho durante uma trovoada.

No caso de defeitos ou falhas de funcionamento, desligue imediatamente o aparelho e isoleo da rede de electricidade. Não puxe pelo fio eléctrico nem pelo aparelho para tirar a ficha da tomada. Nunca segure nem transporte o aparelho pendurado no fio eléctrico. Mantenha uma distância suficiente entre os fios eléctricos e as superfícies quentes. Não entalar, dobrar nem torcer o fio. Não espetar agulhas ou outros objectos pontiagudos na esteira.

Tenha cuidado em evitar que o massageador, o interruptor, a ficha e o fio eléctrico entrem em contacto com a água, o vapor ou outros líquidos.

Por isso, tenha em atenção o seguinte:
- utilize o aparelho apenas em edifícios secos (por ex. na banheira, sauna),
- utilize o aparelho apenas com as mãos secas.

Não pegue no aparelho, quando este tiver caído na água. Puxe imediatamente a ficha da tomada.
Não utilize o aparelho quando este ou os acessórios apresentam danos visíveis.
Não exponha o aparelho a impactos fortes e não o deixe cair.

Reparação

ADVERTÊNCIA
- As reparações nos aparelhos eléctricos só podem ser feitas por técnicos especializados. Uma reparação incorrecta pode implicar riscos consideráveis para o utilizador. No caso de necessitar reparações, contacte o serviço de assistência técnica ou um revendedor autorizado.
- É proibido abrir o fecho de correr do massageador „shiatsu“. Este só é utilizado por razões ligadas à produção do aparelho.
- Em caso de danos no fio eléctrico, este deve ser substituído por um revendedor autorizado.

ADVERTÊNCIA: Perigo de incêndio
Em caso de utilização imprópria ou não observância das instruções de utilização presentes, existe, em determinadas condições, perigo de incêndio!

Por isso, nunca utilize o massageador
- tapado, por exemplo, com cobertor, almofada, etc.,
- nas proximidades de gasolina ou de outras substâncias facilmente inflamáveis.

Manuseamento

ATENÇÃO
Depois de cada utilização e antes de cada limpeza, deve desligar o aparelho e tirar a ficha da tomada.
- Não introduzir quaisquer objectos pelas aberturas do aparelho nem entre as peças móveis. Assegure-se de que as peças móveis podem mover-se sempre sem restrições.
- Utilize o aparelho apenas em posição vertical e nunca o coloque deitado no chão.
- Não se sente, não se deite nem pise com todo o peso nas peças móveis do aparelho nem coloque quaisquer objectos em cima do aparelho.

- Proteja o aparelho de temperaturas elevadas.

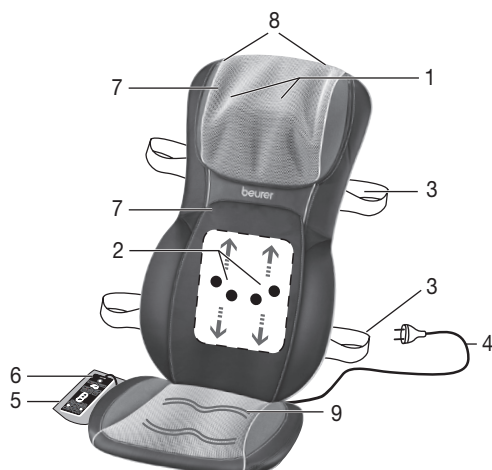
Eliminação

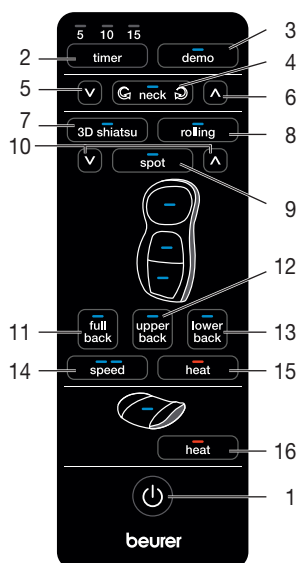
ATENÇÃO

Siga as disposições locais relativas à eliminação dos materiais. Elimine o dispositivo de acordo com a diretiva REEE relativa a resíduos de equipamentos elétricos e eletrónicos.

Se tiver qualquer dúvida a este respeito, informe-se junto do serviço municipal responsável pela eliminação de resíduos.

5. Descrição do aparelho

Esteira de massagem shiatsu (lado frontal)

1. 2 dedos de massagem para o pescoço
2. 4 cabeças massageadoras
3. Fitas de fixação
4. Cabo de ligação à rede
5. Botoneira
6. Bolsa
7. Forros amovíveis e laváveis
8. Aba para cabide (atrás)
9. Aquecer o assento

Botoneira

1. Botão ⏻
2. Botão timer (5-10-15 minutos)
3. Botão demo
4. Tecla **neck**
   Ativar massagem para o pescoço com rotação para a direita e para a esquerda
5. Tecla **V** de regulação da altura (massagem para o pescoço)
6. Tecla **Λ** de regulação da altura (massagem para o pescoço)
7. Tecla 3D shiatsu (massagem„shiatsu")
8. Tecla rolling (massagemrolante)
9. Tecla spot (massagem localizada)
10. Botão de regulação da altura (unidade de massagem shiatsu)
11. Tecla full back (massagem das costas inteiras)
12. Tecla upper back (massagem da parte superior das costas)
13. Tecla lower back (massagem da parte inferior das costas)
14. Tecla speed (intensidade de massagem)
15. Tecla heat (calor)
16. Botão heat (aquecer o assento)

6. Colocação em funcionamento

ATENÇÃO

- **IMPORTANTE: Antes de utilizar o aparelho de massagem pela primeira vez, destrave todos os retentores de transporte do mecanismo de massagem. Para o efeito, tire os parafusos, com a ferramenta fornecida, da parte traseira da esteira de massagem. Se os parafusos dos retentores de transporte não forem tirados e a esteira de massagem Shiatsu for usada de imediato, ela sofrerá danos irreparáveis e ficará inutilizável. Neste caso, o fabricante não assume qualquer responsabilidade.**
- De cada vez que quiser transportar o aparelho de massagem, coloque de novo os parafusos retentores de transporte e mantenha-os colocados enquanto estiver em trânsito. De cada vez que se transporta o aparelho sem esta protecção, corre-se o risco de o danificar de forma irreparável.
- Posicione a esteira de massagem na vertical sobre um objecto apropriado para se sentar, com assento e encosto para as costas (cadeira, sofá ou algo parecido). Assegure-se de que a esteira de massagem tem um encosto suficientemente alto para as costas.
- Quando necessário, utilize as fitas de fixação e os fechos de velcro flexíveis da esteira para a fixar no móvel.
- Ligue o aparelho à rede eléctrica, metendo a ficha na tomada.

7. Utilização

Pressione as costas contra o aparelho no início apenas com uma ligeira pressão. Verifique depois com cuidado se a posição de massagem é agradável para si, deslocando depois o peso pouco a pouco na direcção do aparelho.
A massagem deve transmitir uma sensação agradável e relaxante durante todo o tempo. Interrompa a massagem ou altere a posição do massageador ou a pressão de encosto, quando sentir que a massagem dói ou é desagradável.

- Não enfie nem entale nenhuma parte do corpo, especialmente os dedos, entre os elementos de massagem móveis ou o respectivo suporte no aparelho.
- Sente-se de forma confortável na esteira numa posição vertical. Preste atenção para que fique sentado no centro e que as cabeças de massagem se movam à esquerda e direita da sua coluna.
- Ligue o massageador com a tecla ⏻.
  Os LEDs identificam as funções de massagem activas nesse momento.
- Ao seleccionar-se a região a massagear, o temporizador activa-se automaticamente, sendo pré-regulado em 15 minutos. O temporizador pode ser ajustado em 5, 10 ou 15 minutos com a tecla **timer**. Tenha em conta que o temporizador, ao ser alterado, começa sempre de novo a contar a partir de zero. Por forma a evitar um sobreaquecimento do aparelho, seleccione, no início, uma duração máxima de massagem e não volte a alterar este período durante a massagem.

  Pode seleccionar as definições da seguinte forma:

  1. Demo de apresentação
  Prima o botão **Demo** para ver uma apresentação rápida de apenas 5 minutos de duração de todas as funções contidas no aparelho. O interruptor de mão indicar-lhe-á, pelo piscar do respetivo LED, qual é a função que lhe está a ser apresentada. O aparelho desliga-se automaticamente depois de a apresentação Demo ter decorrido.

  2. Massagem Shiatsu para o pescoço
  Prima a tecla **neck** para iniciar a massagem para o pescoço. Prima a tecla **neck** de novo para mudar a direção da massagem. Prima novamente a tecla **neck** para desligar a massagem para o pescoço.

  Pode alterar a altura da massagem para o pescoço, mantendo premida uma das duas setas ∨ ∧ junto da tecla **neck**, até atingir a altura desejada.

3. Massagem Shiatsu para as costas
Prima a tecla **shiatsu**. Seleccione depois a zona a massagear com as teclas **full back, upper back, lower back**.

A **massagem pontual**, quer dizer, a massagem shiatsu sem movimento vertical, pode ser selecionada premindo a tecla **spot**. A posição da massagem pontual pode ser alterada mantendo premida uma das duas setas ∨ ∧ , ao lado da tecla spot, até alcançar a posição desejada.

Intensidade de massagem
O modo de massagem shiatsu dispõe de duas velocidades de massagem diferentes que pode seleccionar com a tecla **speed**. Se tiver activado a massagem rolante, carregue primeira na tecla **shiatsu**, para mudar para o modo shiatsu, e seleccione, então, a velocidade desejada.

4. Massagem rolante
Prima a tecla **rolling**. Seleccione depois a zona a massagear com as teclas **full back, upper back, lower back**.

Quando mudar o modo de massagem („shiatsu“ ou massagem rolante), a zona seleccionada anteriormente (costas inteiras, parte de cima ou de baixo) mantém-se programada. Tenha em atenção que, em caso de mudança da massagem „shiatsu“ localizada para a massagem rolante, terá que seleccionar novamente a zona a massagear.

5. Função de calor
Poderá activar adicionalmente a função de calor para as cabeças massageadoras premindo a tecla **heat** [15]. Neste caso, as cabeças massageadoras iluminadas a azul mudam de cor, passando a ser iluminadas a vermelho.

O aparelho dispõe de mais uma função de aquecimento na área do assento. Esta função pode ser activada com o botão **heat** [16]**.**

- Utilize o massageador, no máximo, 15 minutos e deixe-o depois arrefecer. Se a massagem durar mais tempo, a estimulação excessiva dos músculos pode causar tensões nos músculos em vez de os relaxar. A massagem pode ser terminada a qualquer momento premindo-se a tecla ⏻. Tenha em atenção que, ao desligar o aparelho, as cabeças massageadoras voltam primeiro à posição de partida na zona lombal. Isto é indicado através de uma luz LED que pisca. Ao alcançar esta posição, o aparelho desliga.
- Quando se pára o aparelho através da pressão dupla de uma das teclas para as zonas de massagem, este regressa igualmente à posição de partida após 15 minutos e desliga-se automaticamente.
- Não isole o aparelho da rede durante o seu funcionamento. Desligue-o primeiro e aguarde até que alcance a posição de partida.

Nota
- O aparelho dispõe de um sistema de corte automático, que desliga o aparelho ao fim de 15 minutos.

8. Conservação e armazenamento

Limpeza

ADVERTÊNCIA
- Tire a ficha da tomada antes de limpar o aparelho.
- Limpe o aparelho apenas conforme descrito nestas instruções. Não deve entrar qualquer líquido no interior do aparelho ou dos acessórios.
- Para eliminar pequenas nódoas, pode usar um pano seco ou uma esponja húmida e, eventualmente, um pouco de detergente líquido para roupa delicada. Não utilize produtos de limpeza que contêm solventes.
- O forro amovível junto ao pescoço pode ser lavado à máquina a 40 °C. Observe os símbolos referentes à conservação e limpeza na etiqueta.
  O forro de PU nas costas está fixado com um fecho velcro debaixo do tecido com o logótipo da Beurer, podendo ser desprendido nesse ponto.
  O tecido na área do pescoço pode ser desprendido com a ajuda do fecho éclair.
- Só volte a usar o equipamento quando este estiver completamente seco.

Armazenamento

Quando deixar de utilizar o aparelho por um período mais prolongado, guarde-o na embalagem original, num ambiente seco e sem quaisquer objectos pesados colocados em cima.
Alternativamente, poderá pendurar o aparelho com um cabide no roupeiro. Para esse efeito, é preciso enfiar o cabide nas abas na parte de trás do aparelho.
Assegure-se de que usa um cabide em madeira suficientemente resistente para suportar o peso do aparelho.

ATENÇÃO

- Se usar os parafusos retentores de transporte, lembre-se de os tirar de novo antes de voltar a usar o aparelho.

9. O que fazer no caso de problemas?

Problem	Causa	Solução
As cabeças de massagem movimentam-se mais devagar	As cabeças de massagem foram esforçadas demasiadamente forte.	Reduzir a pressão de encosto do corpo.
As cabeças de massagem só se movem na área superior ou inferior.	Foi activada a massagem de uma zona limitada.	Prima a tecla **full back, upper back, lower back** para alterar/ampliar a zona a massagear. Prima a tecla **neck** para activar a massagem ao pescoço.
As cabeças de massagem não se movem.	O aparelho não está ligado à rede.	Meta a ficha na tomada e ligue o aparelho.
	O aparelho não está ligado.	Ligue o aparelho com ⏻. Escolha a zona a ser massageada.
	Os retentores de transporte não foram retirados. O mecanismo de massagem está danificado.	Dirija-se à loja onde comprou o aparelho ou contacte o endereço da assistência técnica.
	O dispositivo de protecção contra sobreaquecimento foi accionado, o aparelho está danificado.	Dirija-se à loja onde comprou o aparelho ou contacte o endereço da assistência técnica.